

ЗДОРОВАЯ ГАЗЕТА

WWW.RECIPE.BY

№32 (216) 24 сентября 2009 г. Учредитель и издатель ИЧУП "Профессиональные издания" Основана в 2001 году Выходит еженедельно по четвергам Для работников здравоохранения

Важно

29 сентября – 2 октября
Минск, выставочный павильон Белэкспо
(пр. Победителей, 14)

XVII
международная специализированная выставка
МЕДИЦИНА 2009

Тематика выставки:

- фармакология
- медицинская техника, оборудование и диагностика
- стоматология
- очковая оптика
- здоровье матери и ребенка
- лабораторная медицина
- реабилитация и спортивная медицина
- оборудование и оснащение поликлиник и больниц
- первичная медицинская помощь
- здоровый образ жизни

В рамках выставки проводятся научно-практические конференции, семинары, круглые столы.

Тема номера

Пушистая бомба

О бомбе замедленного действия, представляющей серьезную опасность для эпидемиологической ситуации в Минске, сообщили в начале этой недели волонтеры, ухаживавшие за собаками на городском предприятии «Фауна города», занимающемся отловом и содержанием безнадзорных животных. Это тот случай, когда в медицинскую сферу выходит острая социальная проблема, остающаяся нерешенной в течение многих лет.



Принципы работы «Фауны города» таковы. Экипажи ловцов патрулируют город либо выезжают по вызову сотрудников коммунальных служб и отлавливают собак и котов, оказавшихся в их поле зрения. В их сачки и сетки попадают как животные, никогда не имевшие хозяев или выброшенные ими на улицу, так и те, кто заблудился, потерялся или просто оказался на улице один (по действующим у нас инструкциям безнадзорным считается любое животное, находящееся на улице без сопровождения хозяина, пусть это даже кот, вышедший погреться возле своего подъезда). Пойманные животные содержатся на «Фауне города» в течение пяти дней. Это время отводится для того, чтобы хозяева могли найти своего питомца. У животного также есть возможность обрести нового хозяина – многие сердобольные люди, решая завести кота или собаку, идут не на рынок, а в «Фауну города». Если животное никто не забирает, оно подвергается усыплению.

Однако, как выяснилось, даже если старые или новые хозяева успели забрать животное с предприятия до его попадания в кабинет эвтаназии, это вовсе не значит, что им удалось его спасти.

«Мы вынуждены публично заявить о том, что скрывали долгое время, – пишут люди, в течение двух лет добровольно осуществлявшие уход за животными на предприятии, в открытом письме руководству Минского городского исполнительного комитета, – «Фауна города» является источником инфекционных заболеваний, которые распространяются по всему городу с забираемыми оттуда животными».

По их словам, в последние месяцы практически все собаки, которых забирают с предприятия, тяжело заболевают. Врачи-ветеринары ставят им одинаковый диагноз «паравирусная инфекция». Коты, побывавшие на «Фауне города», успевают заразиться ринотрахеитом. Часть животных удается вылечить, однако лечение стоит очень дорого и требует больших затрат, времени и сил. Так, собакам нужно несколько раз в сутки колоть дорогостоящие препараты, ставить капельницы. Но даже если хозяева делают все возможное для спасения животного, вылечить его удается далеко не всегда. Более того, известны случаи, когда люди брали кота или собаку с «Фауны города» уже имея одно животное, в результате погибал не только новый питомец, но и старый любимец семьи, фактически являющийся ее членом.

Кроме этого, животные заражаются микроспорией и различными паразитарными заболеваниями, которые могут передаваться и человеку.

Среди безнадзорных животных достаточно широко распространены различные инфекции, однако коты и собаки с признаками заболевания усыпляются сразу же при поступлении на предприятие. По утверждению волонтеров, большинство животных, заболевающих впоследствии, инфицируется именно во время пребывания на «Фауне города».

Причин, по которым предприятие, призванное бороться за улучшение эпидемиологической ситуации в городе, становится настоящим инкубатором опасных инфекций, несколько.

Главная из них заключается в том, что здание предприятия, расположенное на улице Гурского, совершенно не приспособлено для содержания большого количества кошек и собак. Хотя строилось оно не так давно и предназначалось специально для этих целей, проектировщики не предусмотрели возможность его нормального функционирования.

«На «Фауне города» отсутствует возможность нормального стока отходов, – рассказывает «ЗГ» бывший юрисконсульт предприятия Светлана Хоревич. – Пол в вольерах ровный, а посредине прохода между вольерами – желобок. Стоки не уходят в канализацию. Когда рабочие производят уборку помещения, они поливают пол из шланга, разгоняя отходы жизнедеятельности животных по всем вольерам. Это способствует широкому распространению инфекции. Усугубляется это тем, что во всех вольерах бетонный пол. Бетон впитывает влагу вместе с микробами и сам по себе является источником инфекции. Необходимо создать хорошие уклоны из клеток, чтобы моча, фекалии и дезинфицирующие жидкости уходили в канализацию, и решить вопрос с напольным покрыти-

продолжение темы на стр.3 ▶

Простатит ограничивает?..

Средство для лечения хронического простатита

Витапрост

Живите полной жизнью!..

НИЖФАРМ
ГРУППА КОМПАНИЙ STADA

Производитель ОАО "Нижегородский химико-фармацевтический завод", г. Нижний Новгород, Россия

Лекарственное средство. Прочтите инструкцию. Проконсультируйтесь со специалистом.

Рег. уд. МЗ РБ №5499/02/07 от 25.04.2007 г. до 25.04.2012 г.

Наш календарь

26 сентября – Всемирный день контрацепции

26 сентября 2007 года по инициативе ряда организаций, занимающихся вопросами репродуктивного здоровья, впервые был отмечен Всемирный День контрацепции (World Contraception Day). Всемирный День контрацепции – долгосрочная кампания, направленная на всех женщин и мужчин репродуктивного возраста. Ее цель – снижение высокого уровня незапланированных беременностей.

В настоящее время существует большая потребность в расширении знаний по вопросам контрацепции среди молодых людей в возрасте 15–25 лет. Важно предоставить им необходимую информацию именно в этот возрастной период, поскольку их сексуальное и репродуктивное поведение может наложить отпечаток на всю последующую жизнь.

В этот день по всему миру проходят различные мероприятия, имеющие непосредственное отношение к Всемирному Дню контрацепции – это образовательные акции в учебных заведениях, благотворительные концерты, открытие тематических порталов.

27 сентября – Международный день глухонемых

Международный день глухонемых учрежден в 1951 году, в честь создания Международной федерации глухонемых. По статистике, нарушениями слуха страдает каждый девятый человек. Его теряют в результате травмы, болезни или врожденных пороков.

На планете 2500 языков. Но есть и еще одна форма общения, в последнее время все больше и больше интересующая ученых, – язык взгляда и жестов. Всемирная Федерация глухих в 50-е годы для обслуживания международных мероприятий глухих, то есть конгрессов, симпозиумов, конференций, в том числе и спортивных, разработала Жестуно – систему Жестов. Аббат де Л'Эпе основал первую школу – Парижский институт глухонемых (1760 год) во Франции. Он был основоположником мимического метода, большим сторонником Жестового Языка. Не верьте в тот миф, что глухие замкнуты и необщительны. Десятки замечательных личностей были глухими. Пьер де Ронсар – поэт эпохи Возрождения, которого называли «принцем французских поэтов», был прекрасным фехтовальщиком и танцовщиком. В историю вошла его замечательная фраза «С плохим слухом во дворце делать нечего». Гюго – автор «Собора Парижской Богоматери». Бетховен – величайший композитор. Антонио Станьоли – один из итальянских художников. Десен – французский скульптор. Жан Жак Руссо – писатель.

27 сентября – Всемирный день туризма

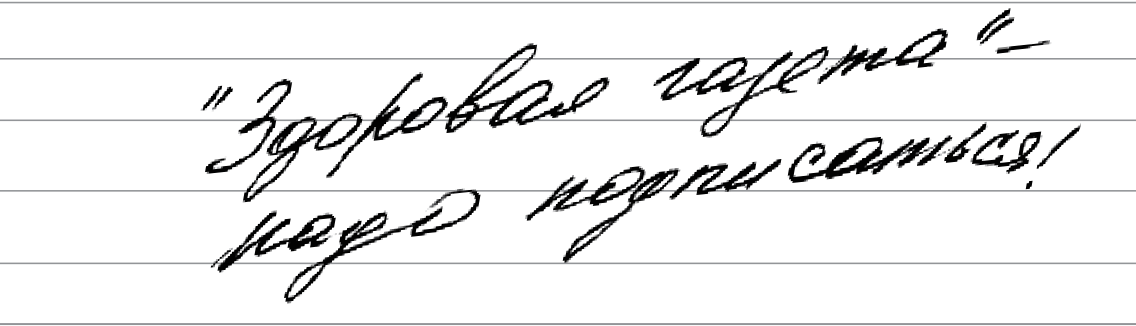
Всемирный день туризма учрежден Генеральной ассамблеей Всемирной туристской организации в 1979 году в испанском городе Торремолино. Цель праздника – пропаганда туризма, освещения его вклада в экономику мирового сообщества, развития связей между народами разных стран. Это праздник каждого, кто хоть раз ощутил себя путешественником, выбравшись из каждодневной будничной суеты на берег речки, в лес, в поле или в другие места, которыми так богата наша земля! И, конечно же, это праздник тех, кто непосредственно занят в сфере туристического бизнеса: сотрудников туристических компаний, музейных работников, руководителей и персонала гостиничных комплексов – всех, кто профессионально обеспечивает полноценный отдых. Праздник отмечается в большинстве стран мира вот уже более 20 лет. В этот день проходят слеты туристов, праздничные мероприятия и фестивали, посвященные туризму и туристическому бизнесу.

28 сентября – Всемирный день моря

Этот день отмечается с 1978 года по решению 10 сессии Ассамблеи Межправительственной морской консультативной организации (International Marine Organization) в один из дней последней недели сентября. Цель Всемирного дня моря – привлечь внимание международной общественности к тому, какой невосполнимый ущерб морям и океанам наносят лов рыбы, загрязнение водоемов и глобальное потепление. Две наиболее важные задачи – повышение безопасности на море и предупреждение загрязнения морской среды, в частности нефтью.

По данным ООН, за последние 100 лет такие виды рыб, как тунец, треска, марлин были выловлены на 90%. Около 21 миллионов бареллей нефти ежегодно выливается в моря и океаны. Синтетические отходы, сбрасываемые в крупные водоемы, являются причиной гибели миллиона морских птиц и 100 000 морских млекопитающих в год. Из-за глобального потепления за последние 100 лет уровень воды в крупных водоемах планеты поднялся на 10-25 сантиметров.

Четверг



Новости

Стволовые клетки: исследование продолжается

О том, что такое стволовые клетки, сегодня в общих чертах знают все. Открытые на границе прошлого и нынешнего веков, они своими потенциальными возможностями произвели фурор в медицине и косметологии. В Москве, к примеру, десятки фирм предлагают услуги по омоложению организма с помощью стволовых клеток. Ссылки на них в Интернете исчисляются сотнями тысяч. И все-таки говорить о том, что потенциал открытия серьезно и широко используется, пока преждевременно. Хотя бы потому, что там, где речь идет о мало-мальски глубоких исследованиях, на разглашение любых подробностей наложено строжайшее табу. Между тем и Беларусь, и Россия срочно нуждаются в новых технологиях, которые позволили бы эффективно лечить болезни сердца, почек, других жизненно важных органов и сосудов.

– Именно это можно сделать, применяя стволовые клетки и препараты на их основе, – убежден академик-секретарь Отделения биологических наук Национальной академии наук Беларуси, академик НАНБ Игорь Волотовский. – Попадая в пораженный болезнью орган, они в прямом смысле возвращают его к жизни, восстанавливая морфологическую структуру и функциональные возможности. Это дает реальный шанс помочь тысячам больных, у которых сейчас надежда только на трансплантацию. Чтобы перейти от таких теоретических предположений к медицинской практике, нами совместно с российскими коллегами разработан проект соответствующей союзной программы, первой в таком роде.

Чтобы понять, насколько сложную задачу ставят перед собой ученые, несколько слов скажем о том, что же собой представляют стволовые клетки. В действительности это прообраз специализированных клеток, из которых состоит тот или иной наш орган или ткань, так сказать, начало начал всего организма. Из них состоит человеческий зародыш, но только лишь в пределах первых 10-12 актов клеточного деления. У взрослого же человека клетки содержатся в органах и тканях, причем одна стволовая клетка может приходиться на один-десять миллионов обычных. Следовательно, изначально надо научиться получать хотя бы минимум стволовых клеток из тех или иных тканей и субстанций, потом - создать технологию их искусственного размножения и лишь затем можно будет говорить о широком медицинском применении чудо-препаратов, которые также еще предстоит разработать. Первый раздел потенциальной союзной программы будет посвящен фундаментальным теоретическим исследованиям, которые должны дать ответ на ряд принципиальных вопросов о свойствах стволовых клеток и возможности их получения. Остальные разделы будут отведены поискам практических методов лечения тех или иных заболеваний: последствий инфаркта сердца, диабета, болезней нервной системы и кожи, ее восстановления после ожогов.

Ученые Института биофизики и клеточной инженерии НАН Беларуси уже сделали немало для того, чтобы продвинуться по этому пути. Благодаря республиканской программе материального обеспечения науки закуплено сложнейшее оборудование на сотни тысяч долларов, предназначенное для маркировки, отделения, выращивания стволовых клеток. Здесь недавно создана научно-исследовательская группа, призванная стать прообразом центра биотехнологии стволовых клеток. При этом кроме научных он будет обладать коммерческими функциями, чтобы за счет тиражирования разработок практического профиля финансировать поисковые исследования. К слову, в Беларуси они уже ведутся в соответствии с отдельными разделами нескольких научно-исследовательских программ.

Тесно сотрудничают белорусские исследователи и с коллегами из Института биофизики клетки Академии медицинских наук России, Института цитологии РАН, Московской медицинской академии имени Сеченова, всероссийских онкологического и кардиологического центров. Совместные эксперименты, научные публикации, доклады стали нормой. Новая белорусско-российская программа, рассчитанная на три года, призвана объединить эти работы в единый комплекс. Сейчас ее проект находится на рассмотрении в соответствующих министерствах и ведомствах Беларуси и России.

– Согласование идет непросто, – признает Игорь Волотовский. – Нам, ученым, порой трудно объяснить финансистам, насколько перспективны исследования и какую они могут принести отдачу. Полезным в этом смысле оказался форум проектов союзных программ, состоявшийся в Москве, где я выступил с докладом об исследованиях стволовых клеток перед представителями ряда министерств и ведомств, причастных к утверждению белорусско-российских проектов. Надеюсь, наша программа вскоре будет рассмотрена и поступит на утверждение ближайшего заседания Совета Министров Союзного государства.

СТОМАТОЛОГИЯ БЕЛАРУСИ
belarusdent
выставка и конференция
27-29 октября
Дворец молодежи (Старовиленский тракт, 41)
г. Минск
ОРГАНИЗАТОР:
выставочная компания
ЗАО «Техника и коммуникация» (T&C)
tc.by
Тел.: (+ 375 17) 306 06 06
Факс: (+375 17) 203 33 86
E-mail: medica@tc.by
T&C ЗАО "Техника и коммуникации"
МЕЖДУНАРОДНЫЕ ВЫСТАВКИ В БЕЛАРУСИ

Тема номера

Начало темы на стр.1

Пушистая бомба

ем. Покрытие должно хорошо мыться и предотвращать размножение микробов. Кроме того, в здании не работает вентиляция. Она изначально была неправильно спроектирована и смонтирована. В подвале здания стоит большой приточный вентилятор, который должен нагнетать по системе вентиляции воздух. Он никогда не работал. Сегодня специалисты называют его запуск слишком дорогим удовольствием – он тратит много энергии. Поэтому в комнатах, где содержатся кошки, неизбежно заражение ринотрахеитом, который передается воздушно-капельным путем. Маленькие же щенки, которых некоторые люди приносят в «Фауну города» целыми коробками в надежде, что им там найдут хозяев, – просто смертники. Они заболевают и умирают после одной проведенной в комнате ночи».

Вызывает нарекания волонтеров и устаревшее оборудование ловцов и его плохая дезинфекция, сами методы ловли. «Сачки, которыми производится отлов, не меняются годами, – рассказывает Светлана Хоревич. – Они просто липкие от пропитавших их выделений. Ведь коты, пойманные утром, могут забрасываться в машину и лежать там целый день. К тому же удары, нанесенные в процессе отлова, и сильный стресс нередко вызывают у животных рвоту, дефекацию. Иногда на сетку попадает кровь. Все это годами скапливается на инвентаре и является идеальной средой для размножения всевозможных инфекций. Поэтому многие животные инфицируются, находясь в машине после отлова».

Большие претензии волонтеры предъявляют к ветеринарной службе предприятия, состоящей из ветврача и ветфельдшера. «Травмированным собакам при поступлении на предприятие не оказывается даже элементарной первой помощи, – пишут они. – Документально зафиксировано несколько случаев, когда на «Фауну города» доставлялись окровавленные животные, жестоко избитые ловцами и имеющие множественные видимые повреждения, а регистрировали их как здоровых и оставляли в вольерах без лечения». Не предпринимаются на предприятии и профилактические меры: животным не делаются прививки, процедуры по избавлению от глистов и кожных паразитов.

До недавнего времени все это за собственные средства делали волонтеры. Они же в случае болезни лечили животных в различных ветучреждениях столицы. Однако в последние полгода руководство предприятия предприняло ряд мер, жестко ограничивающих деятельность волонтеров, в том числе – запретило им проводить вакцинацию и приобретать препараты для животных за собственные средства. Волонтеры считают, что именно это послужило одной из причин резкого ухудшения эпидемиологической ситуации на «Фауне города». «Два года мы, как могли, закрывали собой амбразуру, не давая инфекции распространиться по городу, – пишут волонтеры. – Почему мы молчали об этом раньше? Мы боялись. Мы и сейчас боимся, что после оглашения этой проблемы начнется лишь массовое усыпление животных. Однако у нас нет другого выхода».

Волонтеры и представители ряда зоозащитных организаций потребовали у представителей городских властей принять меры по предотвращению распространения инфекции, реконструировав «Фауну города» и пересмотрев работу службы отлова. Массовое усыпление всех поступающих на предприятие животных они называют недопустимым. «Работа «Фауны города» полностью финансируется за счет налога на содержание животных, который выплачивают все владельцы собак, – говорит Светлана Хоревич, – вряд ли эти люди будут рады, если их деньги пойдут на то, чтобы немедленно убивать их потерявшихся питомцев».

Елена ТИТОВА, кандидат биологических наук:

– Бездомные животные создают большую проблему в обществе. Они представляют определенную опасность для людей в плане покусов, передачи инфекций и эктопаразитов. Но есть другая сторона этой проблемы, которую в коридорах власти стараются не замечать, а проблему регулирования численности бездомных собак и кошек решают простым подходом – отловить и уничтожить. Уже тот факт, что число заболевших растет, говорит о том, что такой подход является неэффективным (добавим, что и дорогостоящим). Известно, что освободившиеся экологические ниши бездомных животных заполняются в короткие сроки молодняком, мигрантами и выброшенными домашними животными, весьма восприимчивыми к инфекциям. Понятно, что эпидемиологическая обстановка от этого не улучшается, а скорее, наоборот. Решение может быть только одно – минимизировать количество безнадзорных животных, а в перспективе свести к нулю или почти к нулю, как, например, в Германии. Бездомных животных не должно быть (в городской экосистеме) или лучше сказать – животное не должно быть бездомным. Оно должно иметь хозяина и защиту.

Практика отлова и уничтожения – это борьба со следствием, а не причиной, вроде как борьба с сорняками без уничтожения их корней. Такая борьба, как известно, ведет к еще большему разрастанию сорняков. Кстати, Генеральная прокуратура отметила увеличение числа безнадзорных животных, признав тем самым бессилие системы отлова. Проблема бездомных животных со всеми негативными последствиями для людей будет существовать до тех пор, пока не будет взято под жесткий государственный контроль воспроизводство владельческих и безнадзорных животных. Между тем, нет нужды «изобретать колесо». Государственный контроль эффективен, как показывает зарубежный опыт, при осуществлении моратория на разведение беспородных животных, лицензирования разведения племенных и неплеменных животных, стерилизации, прежде всего, владельческих собак и кошек. Механизмы реализации этих мер разработаны и успешно применены в развитых странах.

Заведующая отделением особо опасных инфекций Минского городского центра гигиены и эпидемиологии Светлана КОНАНОВИЧ:

– Самая страшная из инфекций, которая может передаваться человеку от домашних животных, – бешенство. Эпидемиологическая ситуация в его отношении в Минске на сегодняшний день является очень напряженной. Главным его природным резервуаром являются лисы, однако болеют им и домашние животные, особенно оставшиеся без надзора. Если такое животное укусит человека или если даже его слюна просто попадет на кожу, человек также может заразиться бешенством.

К сожалению, эта болезнь на сегодня неизлечима – ни у животных, ни у человека. Каждый год к нам попадает около 5 кошек и собак, у которых бешенство подтверждено лабораторно. Однако это только те случаи, когда заболевание официально зафиксировано, а мозг погибшего животного передан для исследования в лабораторию. В этом году ситуация более напряженная, чем обычно. Зафиксировано даже два случая бешенства у людей, заразившихся от домашних животных.

Врач-инфекционист Минского городского центра гигиены и эпидемиологии Геннадий НОВИКОВ:

– Очень неблагоприятной сейчас является обстановка с микроспорией. Существует целая группа грибковых заболеваний, источником которых являются кошки и собаки. Заболевание излечивается очень сложно, на борьбу с ним может уходить от одного до нескольких месяцев. Лечение осуществляется по специальной схеме и требует тщательного контроля с применением специальных лабораторных исследований. Заболеваемость микроспорией постоянно остается очень высокой, а сейчас наблюдается некоторый ее рост. Связано это с тем, что к началу школьного сезона возвратились дети, находившиеся на отдыхе в деревнях и малых городах, где они имели контакт с домашними животными. Домашние же животные, в свою очередь, заражаются от безнадзорных кошек и собак, и предотвратить этот процесс очень сложно. Пожалуй, главным способом борьбы с распространением заболевания является сокращение численности безнадзорных животных. Коммунальные службы ведут работу в этом направлении, занимаются их отловом и нейтрализацией. Однако, судя по эпидемиологической ситуации, работа эта недостаточно эффективна.

Тромблесс – помогает сделать ножки здоровыми!
Тромблесс®
• Эффективен при варикозной болезни вен и тромбофлебитах
• Устраняет отеки и тяжесть в ногах
НИЖФАРМ
Лекарственное средство.
Прочтите инструкцию.
Проконсультируйтесь со специалистом.
РУ 8561/08 от 31.03.2008, действительно до 31.03.2013

Цистит: почему возникает и как его лечить?

Цистит – это воспаление мочевого пузыря. Одно из самых распространенных воспалительных заболеваний мочеполовых органов, которое представляет серьезную медицинскую проблему.

Himalaya HERBAL HEALTHCARE
Природа заботится о Вас и Вашем здоровье
Время разрушать камни
Цистон
Цистон® Лекарственный растительный препарат
Применяется при мочекаменной болезни и циститах
Перед применением проконсультируйтесь с врачом и внимательно прочитайте инструкцию

Чаще всего циститом болеют женщины. Это связано с их анатомическими особенностями: мочеиспускательный канал у женщин короткий и широкий, и поэтому инфекция по нему попадает в мочевой пузырь гораздо легче, чем у мужчин. Основной возбудитель цистита – кишечная палочка, реже – хламидии, уреаплазма, грибы рода кандида. Но даже если возбудитель и попал в мочевой пузырь, не обязательно возникает болезнь. Для того чтобы развился острый цистит необходимо действие провоцирующего фактора: переохлаждения, хирургического вмешательства, полового акта.

Для острого цистита характерно частое болезненное мочеиспускание, боль в области мочевого пузыря и промежности, возможно выделение крови в конце мочеиспускания. Чем сильнее выражен воспалительный процесс, тем чаще позывы к мочеиспусканию и тем сильнее боль. При тяжелых формах острого цистита больные вынуждены мочиться каждые 15-20 минут днем и ночью. Моча больного циститом может быть мутной из-за большого количества в ней бактерий, лейкоцитов, эпителиальных клеток и эритроцитов.

Известно, что острый цистит редко сопровождается лихорадкой, но в тяжелых случаях температура тела повышается, появляется тошнота, рвота.

Во всех случаях частого и болезненного мочеиспускания необходимо показаться врачу-урологу. Если диагноз «цистит» подтвердится, то, как правило, врач сразу назначает антибактериальные средства, эффективные против возбудителей болезни. Наряду с антибиотиками возможно назначение и фитопрепаратов, одним из которых является **Цистон**.

Цистон – это комплексный растительный лекарственный препарат, в состав которого входят 9 компонентов, такие как экстракты двуплодника стебелькового, марены сердцелистной, камнеломки язычковой, сыти пленчатой, соломоцвета шероховатого, оносмы прицветковой, вернонии пепельной, порошки мумие и силиката извести. Комплекс биологически активных веществ, входящих в состав **Цистона**, оказывает противовоспалительное, спазмолитическое и мочегонное действие и устраняет большинство симптомов, помогая основному лечению.

Цистон удобен в применении, не имеет неприятного вкуса, выпускается в виде таблеток и тем самым избавляет занятых людей от необходимости тратить время на приготовление различных почечных чаев.

При этом если врач прописал определенную продолжительность приема препаратов, не сокращайте ее. Очень часто больные совершают ошибку, бросая курс лечения, как только первые неприятности отступили. Часто вы даже не сможете заметить, что продолжается воспалительный процесс, а в результате можете получить и хронический цистит. Его вылечить гораздо сложнее. Чтобы не совершить ошибки, не отказывайтесь до окончания курса лечения от назначенных препаратов.

Перед применением препарата обязательно проконсультируйтесь с врачом, внимательно прочитайте инструкцию.

Спрашивайте в аптеках города.

Рег. уд. МЗ РБ № 1969/96/2000/05 от 31.03.2005г.
Производитель: ХИМАЛАЙЯ ДРАГ КО, Индия

Скажите, Доктор…

«Моей дочери 6.5 месяцев. Она постоянно потеет. Особенно затылок и ладошки. Сдавали анализ мочи – все в порядке. С чем это может быть связано? Что-то с вегетативной системой?

Валентина, г.Добруш»

На вопрос отвечает врач-кардиолог 12-й городской детской поликлиники г.Минска Ирина ГРИГОРЬЕВА.

Причиной появления такого симптома у ребенка раннего возраста, особенно на грудном вскармливании, может быть рахит. Рахит чаще проявляется в периоды наиболее интенсивного роста и развития, чаще всего в первые два года жизни. На ранних стадиях развития данного заболевания кроме потливости обращает на себя внимание беспокойство, легкая возбудимость, вздрагивание при громком звуке, яркой вспышке света.

Кроме того, потливость может быть проявлением вялотекущей инфекции, в том числе – перенесенной внутриутробно. В данной ситуации необходимо провести ряд лабораторных обследований для выявления возбудителей.

Чтобы правильно поставить диагноз и назначить адекватное лечение, если это показано, необходимо выполнить общие анализы крови и мочи, биохимический анализ крови с определением уровня кальция, фосфора, щелочной фосфатазы, ЭКГ.

FB FOOTBERG™
Производство Республики Беларусь
Футберг (000)
www.footberg.ru
ул.Долгобродская, 14,
220037, г. Минск,
т./ф. (017) 230-80-82,
230-71-34, 8 (029) 680 71 34
E-mail:
footbergmarket@mail.ru,
footberg@footberg.ru.
Лиц.: МЗ РБ от 04.05.2005 до 04.05.2010 №02040/0197726
Производство широкого ассортимента стерильного хирургического шовного материала в комплекте нить-игла атравматическая и лигатура для всех областей хирургии. Для комплектации используется сырье лучших мировых производителей. Производство сертифицировано по системе СТБ ISO 9001–2001.
Эксклюзивный поставщик изделий медназначения (хирургических травматических игл, стерильного хирургического гемостатического воска для костной ткани, гемостатических коллагеновых губок и др.).

Эффективно снимает симптомы простуды и гриппа:
высокую температуру, головную боль, лихорадку и озноб, насморк, заложенность носа, чихание
Паракомби
Рецепт цитрусовой свежести и здоровья
Рег. уд. МЗ РБ № 6269/07/08 от 30.01.2008 г.
Перед применением проконсультируйтесь с врачом. Внимательно читайте инструкцию. Лекарственное средство.
10 шипучих таблеток со вкусом лимона и апельсина
Содержит витамин C
Max Pharma
Представительство в Республике Беларусь:
220123, г. Минск, ул. В. Хоружей, 32 а
тел.: (017) 283 25 03

Скажите, Доктор...

«Мне поставили диагноз на рентгеновской компьютерной томографии – грыжа Шморля поясничного отдела позвоночника. Можно ли с таким диагнозом рожать? Как может этот диагноз отразиться на здоровье малыша? Может ли пройти грыжа сама собой после родов, исчезнут ли боли в спине?

Алена, Слуцк»

Отвечают Ольга ЛАЗАРЕВА, главный педиатр Минской области, и Наталья АБРАМОВИЧ, зав. отделом общественного здоровья ГУ «МОЦГЭОЗ»:

– Грыжа Шморля (хрящевой узелок Шморля) впервые был описан немецким ученым-медиком Шморлем (Schmorle). Грыжи Шморля, как правило, не несут клинических проявлений, не вызывают болевых ощущений. Обнаруживают их рентгенологически, с помощью компьютерной томографии. Но грыжи опасны тем, что со временем в них может проваливаться межпозвоночный диск, что приведет к нарушению его функционирования.

Механизм этого явления таков. Между позвонками есть амортизирующая диск-прокладка. При потере своих эластичных свойств, например, из-за старения, сильное сдавливание позвонков может вытолкнуть ее в сторону нервных корешков, либо спинного мозга. Еще это называют грыжей диска. Обычно грыжа Шморля проявляется в продавлении (проваливании) хрящевой ткани замыкательных пластин в губчатую кость, внутрь тела верхнего или нижнего позвонка. Вокруг грыжи Шморля у медиков существует много спекуляций (рассуждений предположительного характера), например, о возможности для мануального терапевта вправить дефект руками, но большинство предположений не нашло достоверного подтверждения в клинической практике.

В отличие от обычной межпозвоночной грыжи, которая выпадает в просвет позвоночного канала, грыжа Шморля не может сдавить спинномозговой корешок или спинной мозг и представляет собой исключительно рентгенологический признак. При наличии болевого синдрома при грыже Шморля необходимо проведение магниторезонансной томографии пораженного отдела для исключения межпозвонковой грыжи.

Чаще всего грыжа Шморля носит наследственный характер или появляется в детском возрасте при быстром росте ребенка. Мягкие ткани успевают вытянуться с увеличением роста, а костные – отстают, таким образом в губчатом теле позвонка образуются пустоты, в которые со временем продавливаются замыкательные пластины позвонков.

Грыжи Шморля часто являются предвестниками компрессного перелома позвонка, возникающего при большой невекторной нагрузке на ось позвоночника или при сильном ударе – сдавливании позвоночника вдоль его оси. Поэтому предпатологический процесс следует остановить, увеличивать подвижность позвоночника.

Традиционные способы лечения этого выпячивания:

- гимнастические упражнения, направленные на переразгибание позвоночника, в том числе так называемая «рыбка»;
- мануальная терапия;
- вытяжение позвоночника;
- оперативное лечение (множество разновидностей).

В период обострения врач прописывает противовоспалительные и обезболивающие средства.

Гинекологи обычно предупреждают о проблемах, связанных с вынашиванием ребенка. На больших сроках беременности нельзя поднимать ничего, что тяжелее одного килограмма. Могут болеть спина и ноги, особенно по вечерам.

К сожалению, заочно невозможно поставить диагноз и дать практические рекомендации. Нужно конкретно знать, по какой причине было проведено рентгенологическое обследование позвоночника, при котором и была обнаружена грыжа Шморля. Наиболее вероятным в качестве причины представляется остеохондроз, хотя возможна и позвоночная грыжа. В таком случае надо срочно посетить врача-невролога и пройти новое обследование.

Большинство пациенток интересуется, есть ли риск для здоровья при естественных родах? Не могут ли сдвинуться грыжи, какие могут быть осложнения от наличия грыж? Обычно пациентки с грыжей Шморля предпочитают рожать самостоятельно, не прибегая к кесареву сечению, если акушерских противопоказаний к естественным родам нет. Особенно если неврологический статус спокойный, то противопоказаний к обычным родам с этой стороны не должно возникнуть. Многие пациентки с подобными аномалиями рожали без каких-либо серьезных проблем. Если аневризм кровеносных сосудов на магниторезонансной томографии не обнаружили, какой-то особой опасности разрыва сосудов нет.

Сегодня продукция OMRON покрывает весь спектр возможных потребностей покупателя. А девиз компании «Никаких дефектов, 100%-й контроль и 100%-ная надежность» - бесспорный залог успеха, ведь от качества приборов напрямую зависит назначаемое лечение, здоровье, хорошее самочувствие. Благодаря именно такому подходу электронная медтехника OMRON неизменно заслуживает самые добрые отзывы, как у врачей, так и у рядовых покупателей.

Медицинская техника OMRON – доверие и популярность

В настоящее время OMRON представляет собой японскую транснациональную корпорацию, которая активно ведет бизнес в пяти крупных регионах мира: Северной Америке, Европе, Азиатско-Тихоокеанском регионе, Китае и Японии. В каждом из них имеется дочерняя компания, выполняющая функции штаб-квартиры корпорации. В Голландии располагается центральный офис и склады европейского представительства Omron Healthcare. В Беларуси также имеется официальный дистрибьютор, который, начиная с 1994 г. в процессе всей своей деятельности выполняет основную миссию OMRON в области здравоохранения – возвращение больного человека к активному образу жизни.

В прошлом году компания OMRON отпраздновала свое 75-летие, а в этом году, в сентябре - продажу 100-миллионного тонометра!

Компания придерживается единой ценовой политики для всех регионов. Это означает, что, покупая прибор в любой аптеке, человек может быть уверен, – он приобретает его из «первых рук», не тратя денег на многочисленных посредников.

Важным является единообразие в мерчандайзинге, оформлении витрины, презентации товара покупателю. Организовать эффективное сотрудничество с аптеками также помогают тренинги, проводимые прямо на рабочих местах. Делается ставка на обучающие мероприятия для аптечных работников, помогая повысить их профессиональную грамотность и способности четкого донесения информации до потребителя.

Сегодня ни для кого не секрет, что к производству своих приборов корпорация OMRON предъявляет жесткие требования, которые гарантируют безупречные качество и точность. Это касается всех видов продукции: электронных тонометров, термометров, небулайзеров, а также товаров, помогающих поддерживать здоровый образ жизни: шагомеров, жироанализаторов, массажеров. Еще в 1974 г. компанией был разработан первый электронный тонометр. Теперь ежегодные продажи тонометров OMRON – это около 50% всех продаж тонометров в мире. Эти приборы сохраняют свою надежность в течение десятков лет, обеспечивая максимальную точность измерений, благодаря уникальным разработкам OMRON. Например, таким как веерообразная манжета Fan-Shaped, учитывающая коническую форму руки и позволяющая добиться равномерного распределения давления на всем участке артерии, находящейся под манжетой, и запатентованная инновационная технология «интеллектуального измерения» Intellisense™, которой оснащены многие современные модели. Появление первого «интеллектуального» прибора, разработанного инженерами OMRON еще в 1991 г., вообще стало знаменательным событием в эволюции электронных тонометров, позволив продвинуть точность диагностики на много шагов вперед. Теперь электроника наблюдает за процессом измерения, автоматически обеспечивая оптимальные условия для получения точного результата, подобно врачу, прослушивая пульс, что позволяет исключить избыточную компрессию и повторное нагнетание и, как следствие, получить оптимальное давление в манжете.

Линейка продукции OMRON велика и может удовлетворить практически любого потребителя с индивидуальными особенностями и диагнозом. Не так давно появились новые модели тонометров M3-I Plus, OMRON R3-I Plus, оснащенные неоспоримыми плюсами: функцией регистрации аритмии, индикатором повышенного давления, запоминанием даты и времени измерения, а M3-I Plus также подсветкой дисплея — столь важной для пожилых и людей с ослабленным зрением. Сегодня в линейке тонометров OMRON присутствуют и уникальные автоматические тонометры SpotArm™ i-Q132 и i-Q142, которые позволяют пользователю проводить измерения АД, не беспокоясь и не задумываясь о правильном положении манжеты на руке. Это идеальный инструмент для мониторинга АД как в домашних условиях, так и в аптеках, кабинетах врача. Такие приборы подойдут пожилым людям, инвалидам, а также пациентам, перенесшим инсульт.

Новым словом в ингаляционном лечении заболеваний органов дыхания стали небулайзеры OMRON. Недаром ими оборудованы многие клиники во всем мире: высокая производительность и точно контролируемая степень распыления лекарственных препаратов делают эти приборы поистине незаменимыми в домашнем и профессиональном использовании. Компрессорные небулайзеры OMRON оснащены уникальной небулайзерной камерой, основанной на технологии виртуальных клапанов (V.V.T.), создающей мелкодисперсный аэрозоль в строго определенном диапазоне 1-10 мкм, эффективно достигающий нижних дыхательных путей.

Перспективной разработкой последнего времени стало создание нового поколения небулайзеров на основе технологии вибрирующей сетки-мембраны (V.M.T.), благодаря которой процесс производства аэрозоля соединил в себе лучшее от компрессорных и ультразвуковых небулайзеров. Уникальная технология вибрирующей сетки-мембраны обеспечивает сочетание портативности и высоких технических характеристик прибора.

Представителем этого класса небулайзеров является меш-небулайзер MicroAIR U22. Для формирования аэрозоля жидкое лекарственное средство просеивается через сетку-мембрану, образуя мелкодисперсный аэрозоль, а энергия пьезоэлемента направлена не на раствор или суспензию, а на вибрирующий рожок с частотой ультразвуковых колебаний 180 кГц, что не приводит к разрушению структуры препарата. К достоинствам MicroAIR U22 относится сочетание бесшумной работы и возможности ингаляции широкого спектра лекарственных препаратов.

Приобретение в аптеке медицинской техники для домашнего использования в наше время становится нормой. Но покупатель нуждается в грамотной консультации квалифицированного специалиста и все чаще — в рекомендации лечащего врача. Мнение врача может стать реальным толчком к приобретению аппарата либо, наоборот, затормозить принятие решения о покупке медицинского прибора. Врачу, в свою очередь, важно знать, какие производители есть на рынке медтехники, какие гарантии и сервисное обслуживание они предоставляют, каков их модельный ряд, качество и возможности отдельных приборов. Эти сведения помогут ему решить, заслуживает ли тот или иной аппарат рекомендации. Поэтому врач должен быть заинтересован в получении информации о медицинской технике, которую можно приобрести в аптеке.

Будь счаст ЛИВ и здоров!

При любой патологии печени основной мишенью является печеночная клетка, гепатоцит.

И практически во всех случаях гепатоцит подвергается разрушительному воздействию свободных радикалов кислорода, количество которых резко возрастает под влиянием алкоголя, воспаления, различных токсинов. Результатом будет повреждение клеточных мембран, ДНК, расстройство обмена веществ, более активное развитие фиброза (роста соединительной ткани и промежуточный этап на пути к циррозу печени). Поэтому восстановление клеточных мембран - это важная часть лечения и профилактики гепатозов, гепатитов и циррозов печени, независимо от происхождения болезни.

Защитить клетки печени может помочь растительный лекарственный препарат **Лив.52**. Он выпускается с 1955 года. **Лив.52** по праву считается визитной карточкой компании Хималайя Драг Ко. Число 52 в названии препарата обозначает порядковый номер рецепта из всех протестированных при разработке этого лекарственного средства.

В основу **Лив.52** входит семь лекарственных растений: каперсы колючие, цикорий обыкновенный, паслен черный, терминалия аржуна, тысячелистник обыкновенный, тамарикс галльский и кассия западная. **Лив.52** нормализует белковосинтетическую функцию печени, стимулирует восстановление клеток печени, оказывает желчегонное действие, предохраняет печень от воздействия токсических веществ, в том числе алкоголя, способствует улучшению процесса пищеварения.





Перед применением обязательно проконсультируйтесь со своим лечащим врачом, внимательно прочитайте инструкцию.

Рег. уд. МЗ РБ №1972/96/01/07 от 30.11.2007г.
Производитель: ХИМАЛАЙЯ ДРАГ КО, Индия

Что такое дисбактериоз кишечника?

Кишечник, как взрослого человека, так и ребенка, заселен многочисленными микроорганизмами, среди которых большую часть составляет нормальная микрофлора – бифидобактерии, лактобациллы и нормальная кишечная палочка. Они выполняют ряд полезных функций, главнейшей из которых является защитная: бифидобактерии покрывают слизистую оболочку толстой кишки, являясь как бы «бактериальным дерном» и препятствуя прикреплению к ней патогенных микробов; лактобактерии и нормальная кишечная палочка обладают антагонистической активностью против целого ряда вредных бактерий.

Кроме нормальных микроорганизмов, в кишечнике здоровых людей также в небольшом количестве присутствуют условно-патогенные бактерии – клебсиелла, энтеробактер, условно-патогенная кишечная палочка, протей, клостридии, стафилококки, грибковая флора. В небольшом количестве они не приносят вреда организму и даже способствуют формированию иммунитета.

Дисбактериоз возникает тогда, когда по каким-либо причинам снижается уровень нормальных микробов и (или) повышается количество условно патогенных. Дисбактериоз может проявляться неустойчивым стулом, вздутием живота, снижением аппетита, а у детей является одной из причин возникновения младенческих колик.

Каковы причины дисбактериоза?

Наиболее частыми причинами дисбактериоза у взрослых являются хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, в особенности сопровождающиеся поносами, неправильное питание (недостаток в рационе растительной клетчатки, преимущественно мясная пища). Дисбактериоз кишечника может возникнуть после применения антибактериальной терапии или химиотерапии, а также у пожилых людей.

Наиболее подвержены дисбактериозу дети младшего возраста, поскольку сразу после рождения начинается заселение кишечника нормальной микрофлорой, здесь большое значение имеют такие моменты, как состояние родовых путей матери (очень опасно как наличие инфекций, передающихся половым путем, так и просто воспалительные процессы, даже пролеченные) и несвоевременное прикладывание ребенка к груди (в грудном молоке имеется мощный «бифидус-фактор», являющийся питательной средой для нормофлоры, а также факторы защиты от патогенных и условно патогенных микробов). На первом году наиболее частой причиной дисбактериоза является искусственное вскармливание, поскольку даже самые совершенные «заменители» грудного молока не могут обеспечить ребенку ту защиту, которое дает ему грудное молоко. Иногда дисбитические нарушения наблюдаются после частого применения антибиотиков.

При наличии расстройства стула у детей и взрослых очень важно понимать, что его причинами могут быть кишечные инфекции или заболевания (врожденные или приобретенные), обусловленные синдромом нарушения переваривания и всасывания. В данном случае необходимо обязательно обратиться к врачу и пройти соответствующее обследование.

БИФИДУМБАКТЕРИН целесообразно применять, когда имеется снижение уровня бифидобактерий, для восполнения их дефицита в комплексном лечении дисбактериоза. Этот препарат особенно показан в первые месяцы жизни, когда его применяют как с лечебной, так и с профилактической целью у детей из группы риска по внутриутробному инфицированию.



Рег. уд. МЗ РБ № 07/07/646
дата перерегистрации 31.08.2007 г.

ДИАЛАКТ является незаменимым в ситуациях, когда имеет место повышение уровня условно-патогенных бактерий в бактериограмме кала, сопровождающееся расстройством стула, поскольку он обладает доказанной антагонистической активностью против целого ряда микробов. Эффективен он также в комплексном лечении кишечных инфекций.



Рег. уд. МЗ РБ № 08/13/133
дата перерегистрации 29.12.2008 г.

БИОФОЛОР, кроме того, что способствует восстановлению уровня кишечной палочки, также способствует подавлению условно-патогенных и патогенных бактерий. Благодаря специальной жидкой питательной среде, кишечная палочка не переваривается в желудке, и, достигнув кишечника, хорошо в нем развивается.



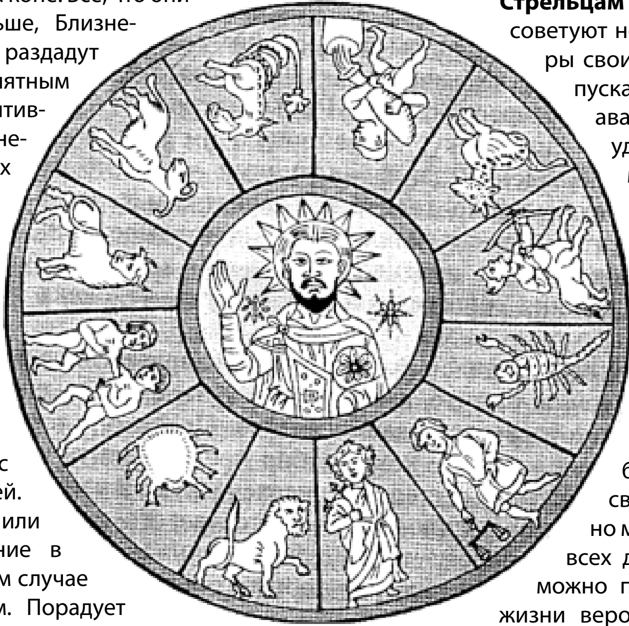
Рег. уд. МЗ РБ № 09/04/525
дата перерегистрации 06.04.2009 г.

Астрологический прогноз на октябрь

Овны в октябре будут жить полной насыщенной всеми цветами радуги жизнью. Первую половину месяца придется погрузиться в дела семейные – близким людям нужна будет помощь и поддержка. Вторая половина октября, как Ниагарский водопад, обрушится на деятельных Овнов с новыми творческими идеями и перспективными проектами. Возможно, на горизонте появится новое предложение работы.

Деловая активность будет занимать внимание **Тельцов** в октябре. Некто из их привычного круга знакомых принесет не только новости, но и предложение заняться чем-то интересным, но маловыгодным, на первый взгляд. Тельцов, возможно, будут отговаривать, но их собственное упрямство поможет им не отказаться от дела, которое в скором будущем принесет им немалый успех.

Октябрь – очень удачный месяц для **Близнецов**. И домашние дела, и рабочие обязанности – все дастся им легко, они будут на коне. Все, что они кому-то обещали раньше, Близнецы доведут до конца и раздадут долги. А особенно приятным бонусом за такие позитивные результаты станут несколько романтических приключений, которые несказанно порадуют Близнецов, привнеся в их жизнь не только удовольствия, но и важный жизненный опыт.



Раки в октябре тоже будут баловнями судьбы – им повезет с судьбоносной встречей. Будь то новая работа или кардинальное изменение в личной жизни – в любом случае событие будет важным. Порадует Раков и особый тонус в мышцах и позитив в душе – будет казаться, что они готовы горы свернуть на своем пути. Радостно и то, что на месте свергнутых гор обязательно появится что-нибудь не менее значительное.

Активные и неутомимые **Львы** столкнутся в октябре с какой-то сложной проблемой, решение которой будет зависеть не только от самих Львов, но и от тех людей, общения с которыми хотелось избежать. Придется делать выбор – либо отказываться от собственных идей, либо идти на какие-то значительные уступки. Главное – не впасть в депрессию и, сжав волю в кулак, выстоять в борьбе со своим эгоизмом.

Девам придется очень постараться, чтобы октябрь был результативным месяцем в их жизни. В первую очередь напряжения потребует работа, и напряжения немалого. Со стороны Девы даже могут выглядеть нелепо и смешно, так сильны будут их старания сделать все наилучшим образом. Но на реакцию окружающих гороскоп советует не обращать внимания, так как результат и победа нужны самим Девам. Из-за перенапряжения могут возникнуть проблемы со здоровьем, которое стоит подкрепить закаливающими процедурами.

Весы все свои силы, таланты и мечты направят в сферу личной жизни, где в октябре произойдут большие перемены. Работы будет не очень мало, но она все-таки оставит пространство для личных проектов и интересов. Особенно удачна будет вторая половина месяца, когда Весы будут в наилучшей форме – их творческий потенциал удивит даже их самих.

Октябрь – время отдыха и деловой передышки для **Скорпионов**. Им стоит взять хотя бы непродолжительный отпуск и попробовать погрузиться в глубь себя. Важно ограничить на этот период общение лишь до круга близких и родных. Вторая половина месяца опасна простудными угрозами, в связи с этим стоит особенно внимательно относиться к своему самочувствию.

Стрельцам в октябре астрологи советуют не поддаваться на уговоры своих шальных друзей и не пускаться в непродуманные авантюры. Необходимо уделить пристальное внимание рационализации своей жизни. Особенно важно «подмести» финансовые хвосты не только на работе, но и в делах семейных, потому что деньги Стрельцам понадобятся позже.

Козероги в октябре будут весьма удивлены свалившейся на них, словно манна небесная, удаче во всех делах. И на работе возможно повышение, и в личной жизни вероятны перемены к лучшему. Главное – не переусердствовать с любованием удачными обстоятельствами, а успеть активно включиться в процесс изменения своей жизни, и тогда можно будет расслабиться, уже пожиная плоды успехов.

У **Водолеев** октябрь тоже будет весьма удачным месяцем. Астрологи предсказывают им новые перспективы – к примеру, новая работа, предложение руки и сердца или феерическое любовное приключение. Правда, от головокружительных удовольствий может отвлечь повышенная конфликтность окружающих, на которую лучше постараться не обращать внимание. Также важно учитывать, что этот осенний месяц повышенно травмоопасен.

Рыбы в октябре будут приятно удивлены каким-то счастливым случаем. Совершенно неожиданно им подвернется случай прилично заработать, реализовав давно лелеянный проект. Чтобы творческие задумки воплотились в жизнь именно так, как Рыбы их придумали, астрологи рекомендуют не распространяться по этому поводу и до конца хранить все в тайне.

Словарик пациента

- **Биоусвояемость** (или биодоступность). Тот процент от общего количества принятого лекарства, который попадает в кровь и начинает свое действие. Возникает это потому, что, например, все лекарства, попадающие в желудок, должны пройти через печень (как и питательные вещества, входящие в состав продуктов). А поскольку печень, помимо прочего выполняет и защитную функцию, она разрушает чужеродные вещества, в том числе и лекарства. Если Вы встречаете информацию, что биодоступность препарата равна 12%, значит, только 12% от принятого количества попадает в кровь после прохождения печени.
- **Период полувыведения.** Время, через которое количество препарата в крови уменьшается в два раза (прямая аналогия с периодом полураспада). Обозначается чаще всего как Т1/2. Если Вы встречаете, что Т1/2 равно 72 часам, это значит, что только через трое суток количество этого препарата, принятое однократно, уменьшится вдвое. Понятно, что если во время этих трех суток Вы будете принимать препарат 3 раза в день, ни к чему хорошему это не приведет.
- **Пути введения препарата.** Сублингвально – под язык (так применяются нитроглицерин, валидол), перорально (п/о, per os, p/o) – внутрь, через рот (так принимаются большинство таблеток, драже и т.д.), чрескутанно или накожно (ч/к) – через кожу (так действуют все мази), парентерально – все остальные пути введения, кроме введения через желудочно-кишечный тракт: внутривенно (в/в), внутримышечно (в/м), подкожно (п/к).
- **Элиминация.** Пути выведения препарата из организма. От этого зависит накопление препарата в организме. Если известно, что 90% препарата выводится почками, а у больного выраженное нарушение функции почек, то у такого больного выведение препарата снижено и возникает повышенная опасность накопления избытков препарата.

Оказывается!

Ежедневное употребление фруктов и овощей защищает мозг от дисфункции

Высокое содержание фруктов и овощей в рационе питания позволит улучшить познавательные функции мозга. К такому выводу пришла международная группа исследователей, в которую входили неврологи Heinrich-Heine University и больницы Святой Елизаветы в Кельне.

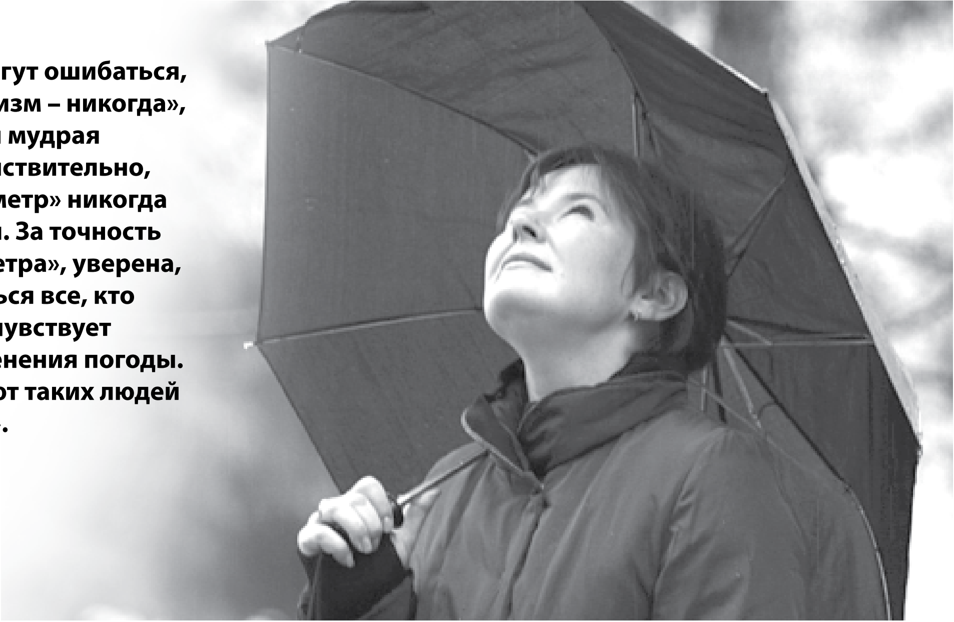
Ученые рассмотрели взаимосвязь между потреблением фруктов и овощей, антиоксидантным статусом в плазме крови и умственной деятельностью среди 193 здоровых добровольцев от 45 до 102 лет.

В результате специалисты констатировали, что люди, которые ежедневно получали около 400 граммов фруктов и овощей, имели более высокий уровень полезных антиоксидантов в организме и низкие показатели повреждения липидов свободными радикалами. При этом когнитивные навыки любителей витаминной продукции были значительно выше, чем среди тех, кто получал менее 100 граммов фруктов и овощей в день.

Врачи поощряют ежедневное употребление овощей и фруктов, чтобы не только улучшить работу мозга, но и предотвратить возможные проблемы с памятью и слабоумие в пожилом возрасте. Фрукты и овощи благодаря своему сильному антиоксидантому составу защищают от дисфункции мозг независимо от возраста, но медики советуют обогатить рацион питания такими продуктами как можно раньше во избежание серьезных нарушений работы мозга, которые развиваются у многих людей к старости.

Как мы зависим от капризов погоды

«Синоптики могут ошибаться, но мой ревматизм – никогда», – говорила моя мудрая бабушка. И действительно, личный «барометр» никогда ее не подводил. За точность такого «барометра», уверена, могут поручиться все, кто так или иначе чувствует грядущие изменения погоды. Врачи называют таких людей «метеопатами».



Все мы немножко метеопаты

Справедливости ради надо сказать, что на погодные капризы реагирует любой человек. Резкая смена погоды – всегда стресс для организма. Но степень адаптации к нему у людей разная: одни быстро приходят в норму, другим необходимо время. Причем состояние здоровья не является обязательным показателем метеозависимости. Практически здоровые люди могут быть тяжелыми метеопатами, в то же время не все больные чувствуют сбои в работе небесной канцелярии. То есть метеопатия – это особенность организма, которой отличаются, как показывает статистика, около трети мужчин и почти половина женщин в развитых странах.

Кстати, к пятидесяти годам зависимость от атмосферного непостоянства заметно снижается. Возможно, полувековые «тренировки» не проходят даром.

Тяжелое дыхание Земли

Погоду определяет множество факторов – атмосферное давление, температура и влажность воздуха, содержание в нем кислорода, солнечная активность, и каждый из них так или иначе влияет на самочувствие людей. Одних мучают головные боли, слабость, у других ломит кости, нарушается сон, снижается память... Прежде официальная медицина не обращала внимания на подобные недомогания и жалобы пациентов, хотя о влиянии погоды на человеческий организм было известно давно. Тибетские врачеватели знали, что «боли в суставах усиливаются в дождливое время и в период больших ветров». А Парацельс утверждал: «Тому, кто изучил ветры, молнию и погоду, известно происхождение болезней».

Серьезно изучать влияние погоды на здоровье врачи начали всего лет сорок назад. Появилась даже целая наука – биометрология. Сейчас во многих странах созданы информационные центры, которые за несколько дней предупреждают о возможных погодных изменениях: чтобы люди, чувствительные к таким перепадам, могли хоть как-то подготовиться. В Польше, например, синоптики, руководствуясь метеосводками, дают водителям специальные рекомендации, что снижает количество аварий на дорогах. В Германии заранее извещают, в какие дни и в каких районах погода может ухудшить самочувствие людей с ревматизмом или сердечно-сосудистыми, легочными заболеваниями, а какая сказаться на психическом состоянии. Страдающим хроническими недугами такая информация особенно важна, ведь в непогоду у них возможны обострения – вплоть до тяжелых приступов, а у некоторых сбои начинаются еще до перемены погоды. Особенно достается кардиологическим больным, из которых каждый второй – метеопат. Поэтому в дни аномальных значений хотя бы одного из погодообразующих факторов резко возрастает количество вызовов к людям с ишемической болезнью сердца и гипертоникам.

Жертвы Солнца

Немало неприятностей приносят дни повышенной солнечной активности – так называемые магнитные бури. Нарушается связь, выходят из строя навигационные приборы, возможны сбои в энергетических системах. Статистика показывает: 70 процентов инфарктов, инсультов и гипертонических кризов случаются именно в дни наивысшей активности Солнца.

Ученые выяснили, что колебание магнитного поля Земли замедляет ток крови, что неизбежно приводит к гипоксии. Защищаясь от коллапса, организм начинает работать в усиленном режиме, повышая уровень адреналина и холестерина в крови. В результате самочувствие человека сильно ухудшается.

Знаменитый ученый Александр Чижевский, исследовавший влияние солнечного излучения на живые организмы, считал, что «земное эхо солнечных бурь» особенно болезненно сказывается на тех, кто родился в годы низкой активности Солнца. Вот эти годы: 1922, 1923, 1924, 1932, 1933, 1934, 1943, 1944, 1953, 1954, 1963, 1964, 1965, 1974, 1975, 1985, 1986, 1987, 1997, 1998, 1999. В периоды сильных гелиовозмущений среди этих людей в два раза возрастает число несчастных случаев, обострений хронических болезней, тяжелых приступов и даже внезапных смертей.

Какая погода считается идеальной?

Летом: дни солнечные, температура воздуха в пределах 18-25 градусов, влажность умеренная – 56-70 процентов, атмосферное давление – 750-760 мм рт.ст.

Зимой: мороз не больше 20 градусов при ясной сухой погоде, атмосферное давление – 750-760 мм рт.ст.

Факт

Горожане значительно чаще страдают метеозависимостью, чем жители сельской местности. Этому есть вполне объяснимые причины. Во-первых, городской воздух перенасыщен тяжелыми ионами, которые сокращают световой день, лишая человека необходимого ультрафиолета. Во-вторых, в мегаполисах нарушен естественный водообмен, ведь дождевая вода не уходит в землю, а испаряется с заасфальтированных улиц. Это, кстати, главная причина, по которой и жару, и холод в городе переносить значительно труднее. И вот что интересно: чем старательней человек обособляется от природы, тем более зависимым от нее становится.

Кстати

Бывает, посмотрит человек на затянутое облаками серое небо за окном и чувствует себя совершенно разбитым, несчастным, больным. А доктор ничего у него не находит и бюллетень не дает. Однако иногда именно хандрой проявляется вполне серьезный недуг – метеоневроз. Докопаться до истинных причин болезни бывает нелегко, ведь корни ее лежат не столько в биологии, сколько в психологии, и уходят порой в далекое детство. Возможно, именно тогда ребенок наблюдал, как в ненастные дни у родителей портилось настроение, атмосфера в доме менялась и ему уделяли меньше внимания, чем обычно. Это отложилось в подсознании и с возрастом оформилось в болезненную зависимость от непогоды.

В таком случае стоит обратиться к психоневрологу или психотерапевту, он наверняка поможет докопаться до истинной причины возникновения метеоневроза и преодолеть его. Или волевым усилием заставить себя изменить отношение к природным слабостям – ну действительно, кому же не хочется иногда покапризничать. Вспомните поэтов, художников, музыкантов: очень мало среди них тех, кто не воспел бы в словах, звуках или красках природу в хмурое межсезонье. Между прочим, именно одаренные люди чаще всего становятся жертвами метеопатии.

Светлана Сенина

В межсезонье частенько напоминает о себе герпетическая инфекция. Помимо широко распространенной «лихорадки» – зудящих болезненных пузырьков на губах и в интимных местах тела (герпес 1, 2 типа), немало проблем доставляет опоясывающий лишай (вирус герпеса человека 3 типа). Поселившись однажды в организме, зловредный вирус герпеса остается с человеком на всю его жизнь, «дремлет» в клетках нервной системы, но время от времени просыпается, проникает в кровь – и начинает действовать.

Этот многоликий герпес



Герпес половых органов – это заболевание, передающееся половым путем, причиной которого является вирус герпеса второго типа. Вирусом простого герпеса второго типа поражено около 15% населения, проявляется заболевание примерно только у 5%.

От инфекции страдают не только кожа, слизистые, лимфатические узлы, но и печень, селезенка. Герпес серьезно снижает иммунитет человека – тут же любая другая болезнь может легко присоединиться. К сожалению, убить вирус, прогнать навсегда из организма медицина пока не в силах. Такого лекарства, которое избавило бы полностью организм человека от вируса, не существует, и болезнь может периодически обостряться.

Однако облегчить симптомы заболевания, уменьшить длительность и тяжесть обострений и увеличить продолжительность «светлых промежутков» возможно.

Одним из современных препаратов, появившихся в арсенале врачей, является Виру-Мерц (производитель – «Merz Pharma GmbH &Co. RGaA», Германия). Действующее вещество препарата, тромантадин, обладает многообразным механизмом противовирусной активности; препятствует адсорбции вируса герпеса на поверхности клеток, снижает возможность проникновения в клетку организма-хозяина, тормозит синтез вирусных белков, препятствует размножению вирусов в тканях. При максимально раннем применении (в течение нескольких часов от начала заболевания) препарат может предотвратить дальнейшее развитие инфекции, то есть оборвать очередной рецидив. Клинически при применении препарата Виру-Мерц наблюдается быстрый регресс симптомов заболевания -- уменьшение болезненности, жжения, уменьшение количества образующихся пузырьков, значительно более быстрое заживление эрозий. Виру-Мерц обладает высокой терапевтической эффективностью и может применяться для лечения инфекций, вызванных различными типами герпес-вирусов, как первого (герпес носа, губ, лица), так и второго (генитальный герпес), а также для лечения кожных проявлений опоясывающего лишая. Косметические качества Виру-Мерц делают его применение удобным и приятным для пациента, так как основой препарата является бесцветный гель, не повышающий жирность кожи, хорошо впитывающийся, не пачкающий белье и одежду.

Больным генитальным герпесом следует обследоваться и на другие инфекции, передаваемые половым путем (трихомониаз, гонорея, уреаплазмоз, хламидиоз), и пролечить их. Очень важно прекратить во время обострения половую жизнь (хотя она и так порой невозможна из-за сильной болезненности), потому что существует опасность заражения полового партнера. Если партнер уже болен, то лечение обязательно для двоих. Не допустить заражения герпесом половых органов (как и другими болезнями, передаваемыми половым путем) можно, используя презервативы при всех видах половых контактов.

Ирина ЕВСЕЕНКО, врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук

Аллергены
Некачественная пища
Алкоголь
Вредные химические вещества
ПОЛИФЕПАН
www.radmedteh.by
ОДО "ЦНДИСИ", Республика Беларусь Рег. уд. МЗ РБ №07/04/440 от 25.04.2007
Природный лигниновый энтеросорбент
Проверено временем 10 лет на рынке
Спрашивайте в аптеках!
Лекарственное средство. Перед применением проконсультируйтесь с врачом. Внимательно читайте инструкцию

Целебный смех

– Потерпевшая, почему вы не убежали от насильника?

– Потому что никуда не спешила.

***

Крысы не осознают своего счастья – получая возможность принимать самые современные медикаменты с чудодейственными свойствами – на пять лет раньше человека.

***

– Наш сосед, оказывается, очень умный человек!

– Почему ты так считаешь?

– Когда нашему сыну на день рождения подарили барабан, он единственный догадался спросить: «А ты знаешь, что у него внутри?»

***

На заседании Международной Ассамблеи ООН остров Мадагаскар был официально признан мультиком.

***

– У вас дети есть?

– Вам сколько?

***

- Какая разница между авторством и соавторством?

- Такая же, как между пением и сопением...

***

Одинокий мужчина познакомится с одинокой женщиной с целью создания одинокого ребенка.

***

Понять женскую логику легко: достаточно научиться играть в бильярд кубиками.

***

Наибольшим спросом среди всей печатной продукции до сих пор пользуются деньги.

Нашему организму нужен «дирижер»

Оркестр без дирижера играет плохо. Команда без капитана не может выигрывать. Наш организм без селена не способен функционировать нормально.

Сегодня абсолютно точно известно, что нехватка селена в организме человека приводит к увеличению числа инсультов, инфарктов, онкологических заболеваний, сахарного диабета, астмы, болезней щитовидной железы, вызывает рост мужского и женского бесплодия, психических и физических отклонений в детском и подростковом возрасте. Микроэлементу селену природа отвела исключительно ответственную роль – роль организатора всех происходящих в организме человека обменных процессов. При недостатке селена наш организм хуже усваивает йод, кальций, железо, фосфор и другие макро- и микро элементы.

В наш организм селен попадает с обычным рационом ежедневного питания. Однако в подавляющем большинстве регионов мира, в том числе и в Беларуси, селена в почве недостаточно, а значит, поступление его в наш организм через все, что мы потребляем – животную и растительную пищу – не достаточно. Необходима «селенизация» населения.

По мнению академика Российской академии наук Евгения Чазова, если бы программа «селенизации» населения России начала реально работать в масштабе всей страны, то за год можно было бы спасти 600 тысяч жизней больных только сердечно-сосудистыми заболеваниями. А пока россияне только планируют «селенизацию», в Финлядии получены конкретные результаты. Только за 1992-1994 годы работы такой программы произошло снижение общей заболеваемости по стране на 47%. Заболеваемость сердечно-сосудистыми заболеваниями снизилась в 2,5 раза, онкологическими – в 1,8 раза, эндокринными – на 77%. За последние 10 лет жизни продолжительность жизни в Финляндии возросла на 10-15 лет. Успех очевиден.

Наиболее эффективным и доступным способом достижения такого успеха является прием биологически активных добавок к пище, содержащих селен в виде селенометионина. Другие формы селена – селенит или селенат натрия, получаемые при переработке каменного угля, железных руд и т.п. – дешевы, но токсичны, имеют множество ограничений в применении и разного рода побочные эффекты. Самой подходящей формой для организма человека является форма растительного происхождения – селенометионин – природная аминокислота.

Природная аминокислота – селенометионин
ВИТА СЕЛЕН Е
30 КАПСУЛ
РЕКОМЕНДУЕТСЯ КАК ИСТОЧНИК МИКРОЭЛЕМЕНТА СЕЛЕНА И ВИТАМИНА Е
Наиболее доступная форма селена для организма

ХОФИТОЛ
CHOPHYTOL
Cynara
Хофитол –
водный экстракт свежих листьев артишока полевого.
Активные вещества:
- цинарин;
- фенолкислоты;
- витамины C, B_1, B_6;
- инулин;
- каротин.
Показания:
- хроническая почечная недостаточность;
- хронические нефриты;
- дискинезия желчевыводящих путей по гипокинетическому типу;
- хронический непальпулезный холецистит;
- хронический гепатит;
- цирроз печени.
ROSA PHYTO PHARMA ФРАНЦИЯ
ФИК Медикаль. Республика Беларусь, г. Минск, 4-ый Загородный переулок, д. 58 б, офис 320. Тел.: + 375 17 256 28 55
Лекарственное средство. Перед применением проконсультируйтесь с врачом. Внимательно читайте инструкцию.

Главный редактор Людмила ЕВТУШЕНКО

№ 32 (216)
24 сентября 2009 г.
Выходит четыре раза в месяц.
Газета зарегистрирована в Министерстве информации Республики Беларусь.
Свидетельство о регистрации № 455 от 4 июня 2009 г.
Учредитель и издатель ИЧУП «Профессиональные издания»

Зам. главного редактора Валентина ГЛУШУК
Корреспондент Анастасия ДОРОФЕЕВА
Специалист отдела рекламы Ольга ЖАРКОВА
Дизайн и верстка Сергей КАУЛЬКИН
Адрес редакции: 220023, г. Минск, ул.Чернышевского, 10-а, офис 805

Тел./факс: +375 (17) 280-01-12, 287 38 30, 280-32-88, 280-88-09; +375 (29) 3-499-732
ro@recipe.by
http://www.recipe.by

Перепечатка допускается только с разрешения редакции. Мнения авторов публикуемых материалов могут не совпадать с мнением редакции. В газете используются собственная информация, ресурсы Интернет.

Ответственность за информативное содержание рекламы несут рекламодатели.

Подписано в печать 18.09.2009 г.

Отпечатано в типографии ОДО «Знамение» (лиц. № 02330/0150475 от 25.02.2009 г.) 220108, г. Минск, ул.Корженевского, 14

Подписные индексы:
63422 – индивидуальный
634222 – ведомственный

Объем издания – 2 печатных листа.
«Профессиональные издания» ©
Дизайн макета и оформление – «Профессиональные издания».

Тираж – 9 000 экз.
Заказ №

ЗДОРОВАЯ ГАЗЕТА